



Abb. 1



Abb. 2



Abb. 3

## WAS IST EIGENTLICH RHEUMA?

«Der Rücken tut mir weh, und ich habe Rheuma in den Gelenken». Diese Klagen hören wir als Rheumatologen oft von Patienten. Abnützungen am Bewegungsapparat werden mit zunehmendem Alter häufiger. Entzündliche Rheumaerkrankungen befallen jedoch nicht nur ältere Menschen, betroffen sind vor allem junge Erwachsene und auch Kinder. Gerade sie bedürfen der frühzeitigen Therapie.

Unter dem Begriff Rheuma versteht die Medizin eine grosse Gruppe schmerzhafter und behindernder Krankheiten, insbesondere des Bewegungsapparates. Wir unterscheiden in der Rheumatologie heute über 100 verschiedene Krankheitsbilder. Viele betreffen nicht nur den Bewegungsapparat. Es können auch die Haut, die inneren Organe oder das Nervensystem daran beteiligt sein. Und entzündliche Rheumaerkrankungen mit Beteiligung von Organen sind manchmal sogar lebensbedrohlich.

### Wie erkenne ich entzündliches Rheuma?

Rheuma kann sich sehr unterschiedlich äussern. Frühzeitig zum Arzt führen sollten Sie typische Symptome wie schmerzhafte Gelenkschwellungen oder tiefsitzende morgendliche Kreuzschmerzen.

Bei fortschreitender Krankheit und unzureichender Behandlung können die Schäden nicht rückgängig gemacht werden. Etwa zwei Drittel aller Patienten mit einer frühen rheumatoiden Arthritis entwickeln im Laufe von fünf Jahren eine wesentliche Funktionseinschränkung der betroffenen Gelenke. Da sich die Erkrankung zu Beginn am stärksten entwickelt und gleichzeitig auch am besten beeinflussbar ist, lässt sich das Risiko für einen Funktionsverlust in den ersten Monaten deutlich reduzieren. So entstehen gute Chancen für einen erfolgreichen Therapieverlauf.

### Worin besteht die Therapie?

Die Therapie rheumatischer Erkrankungen besteht oft in einer Kombination verschiedener medikamentöser und nicht-medikamentöser Massnahmen.

Zu den Medikamenten zählen zum Beispiel Schmerzmittel, kortisonfreie oder kortisonhaltige Antirheumatika, Knorpelstabilisierende Medikamente, pflanzliche Mittel aber auch die neuste Generation von Biologika. Das sind biotechnologisch hergestellte Substanzen, die den körpereigenen Eiweissen sehr ähnlich sind.

In Ergänzung dazu wird oft Physiotherapie verordnet zur Erhaltung, beziehungsweise Verbesserung der Gelenkbeweglichkeit,

## WELCHES SIND DIE URSACHEN VON RHEUMA? WIR UNTERSCHIEDEN VIER HAUPTGRUPPEN:

**Degenerativer Rheumatismus:** Arthrosen der Gelenke oder der Wirbelsäule sind Krankheiten durch Schäden am Knorpel und an anderen Gelenkstrukturen. (Abb. 1 und 4) Die Ursache bleibt meist unbekannt. Fehl- oder Überbelastung, Entzündungen oder Stoffwechselstörungen sind jedoch wesentliche Faktoren.

**Weichteil-Rheumatismus:** Lokale und ausgedehnte chronische Schmerzzustände des Bewegungssystems können durch Überlastung von Muskeln oder Muskelansätzen entstehen, zum Beispiel der bekannte «Tennisarm» oder der «steife Nacken». Bei der Entstehung des Fibromyalgie-Syndroms mit chronischen, ausgedehnten Schmerzen und erhöhter Schmerzhaftigkeit spielen anhaltende und wiederkehrende schwere seelische und körperliche Belastungssituationen eine grosse Rolle.

**Entzündlicher Rheumatismus:** Entzündlich-rheumatische Krankheiten können durch Störungen im Immunsystem (wie bei den Autoimmunkrankheiten), durch Infektionen oder durch Kristallablagerungen in Geweben hervorgerufen werden. Oft sind die Ursachen und Auslöser unbekannt. Erbfaktoren spielen eine wichtige Rolle. (Abb. 2 und 3)

**Durch Stoffwechselstörungen bedingter Rheumatismus:** Stoffwechselstörungen wirken sich in vielfältiger Weise am Bewegungssystem aus. Bei der Osteoporose zum Beispiel findet ein Abbau von Knochenmasse und struktur mit erhöhter Knochenbrüchigkeit statt. Bei der Gicht ist die Harnsäurekonzentration durch verminderte Ausscheidung oder vermehrte Bildung erhöht. Dies führt zu Kristallbildung in den Geweben und in der Folge zu Entzündungen.



Abb. 1  
Fingerpolyarthrose. Betroffen sind typischerweise die  
Fingermittel- und endgelenke.

Abb. 2 und 3  
Rheumatoide Arthritis (Polyarthritis). Die Fingergrunde-  
gelenke und das Handgelenk sind deutlich geschwollen.  
Der fortgeschrittene Befall kann zu zunehmender Defor-  
mierung sowie zur Fehlstellung dieser Gelenke führen.  
Durch den entzündlichen Gelenkbefall kommt es zu Ero-  
sionen des Knochens, hier vor allem im Bereich des Zeige-  
finger-Grundgelenkes.

Abb. 4  
Arthrose der Wirbelsäule, hier mit deutlicher Fehlform  
(Skoliose).

Abb. 4

um Gelenkfehlstellungen vorzubeugen sowie Kraft und Koor-  
dination zu trainieren. Die Ergotherapie legt besonders Gewicht  
auf die optimale Handfunktion, damit der Alltag selbständig  
bewältigt werden kann. Ein wichtiger Bestandteil neben Medi-  
kamenten und physikalischer Therapie ist die psychologische  
Betreuung. Sie unterstützt Betroffene bei der Krankheits- und  
Schmerzverarbeitung.

Wenn sich trotz Behandlung die Gelenke verformen und ihre  
Funktion einstellen, kann eine Operation helfen. Zu den klassi-  
schen Eingriffen gehört hier der Ersatz eines Hüft- oder Knie-  
gelenks durch eine Prothese.

## RHEUMA IST NOCH NICHT HEILBAR, ABER MEIST GUT BEHANDELBAR.

### Ziele der Rheumatherapie

Die Rheumatherapie zielt darauf ab, die Lebensqualität der  
Patienten auf Dauer zu erhalten, damit sie ohne wesentliche  
Beschwerden, Symptome oder Einschränkungen den Alltags-  
aktivitäten nachgehen können. Die Therapie lindert oder besei-  
tigt Schmerzen sowie andere Symptome und verhindert die  
Entwicklung von Schäden am Bewegungssystem. Bei den meist  
chronischen und lebensbegleitenden Krankheiten besteht  
die beste Behandlungsstrategie in der möglichst frühzeitigen  
und kontinuierlichen Anwendung verschiedener Therapie-  
verfahren.

Um das Behandlungsziel zu erreichen, ist eine Kontrolle von  
Wirksamkeit und Verträglichkeit der Massnahmen wichtig.  
In enger Zusammenarbeit zwischen Hausarzt und Rheumatolo-  
gen, Therapeuten und Patienten kann heute bereits sehr viel  
erreicht werden.

### Dr. med. Stefan Hummler

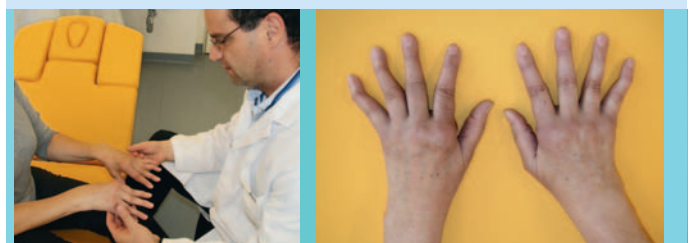
Facharzt FMH für Rheumatologie sowie Physikalische Medizin  
und Rehabilitation, Rheumatologie Luzern in der Klinik St. Anna  
T +41 41 208 34 68  
F +41 41 208 34 65  
rheumatologie.luzern@hirslanden.ch  
www.hirslanden.ch/stanna

### «ICH LEBE SEIT 25 JAHREN MIT RHEUMA»

Roswitha U., 51, wirkt auf den ersten Blick gar nicht wie jemand,  
der bereits ein halbes Leben lang mit der Diagnose Rheuma leben  
muss. Sie kommt fröhlich zum heutigen Sprechstundentermin  
und erzählt über die gute Verträglichkeit der neuen Medikamente,  
welche ihr die Schmerzen weitestgehend nehmen. Das war nicht  
immer so.

«Vor 25 Jahren sind mir jeweils besonders morgens meine  
geschwollenen Fingergelenke aufgefallen. Erstmals stellten sich  
auch Schmerzen ein», sagt sie. Ihr Arzt erkannte damals nach  
eingehenden Laboruntersuchungen und Röntgenaufnahmen rasch  
die Diagnose: rheumatoide Arthritis! «Ich wurde mit der zu jener  
Zeit üblichen Gold-Therapie behandelt. Jahrelang war ich darauf  
beschwerdefrei.»

Doch dann kamen die schmerzhaften Symptome wieder zurück.  
Und die Krankheit setzte ihren schweren Verlauf fort. Vor etwa  
vier Jahren begannen die Fingergelenke, sich zu deformieren. Ros-  
witha U. wird heute mit Medikamenten der neuesten Generation  
behandelt. Es sind entzündungshemmende Arzneimittel, soge-  
nannte Basistherapeutika, die sehr gut wirken und auch ausgezeich-  
net vertragen werden. So kann Frau U. heute wieder voll berufst-  
tätig sein.



Dr. Hummler kontrolliert regelmässig den Verlauf der rheumatischen  
Erkrankung von Roswitha U. (Name von der Redaktion geändert)